# みなさまへ

タウンプラス　料金後納

みなさまには、新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた取組にご協力をいただいていることに、感謝申し上げます。

感染拡大を防ぐため、これまでどおり、「3つの密（密閉、密集、密接）」を避けていただくとともに、「新しい生活様式」を実践いただくようお願いします。その際、自分は感染者かもしれないという意識をもっていただき、症状がない人でもマスクの着用をお願いします。

この度、一住所あたり2枚の布マスクを配布いたします。十分な量でないことは承知しておりますが、使い捨てではなく、洗剤を使って洗うことで、再利用可能ですので、ご活用ください。

## 3つの密を避けましょう！

❶換気の悪い **密閉空間**

❷多数が集まる **密集場所**

❸間近で会話や発声をする **密接場面**

【差出人】
厚生労働省医政局経済課
（マスク等物資対策班）

【問合わせ先】
布マスクの全戸配布に関する電話相談窓口
0120-551-299（9～18時：土日・祝日も実施）

**よくある質問と回答はこちら**

小中高生へは学校を通じて布マスクをお配りします。
２世帯同居の方などはこちら

# このマスクは洗っていただくことで再利用できます

## 布マスクの利用・洗濯方法

（今回、配布する布マスクのメーカー等からの情報をまとめたもの）

### 布マスクの洗い方

1. 衣料用洗剤で、もみ洗いではなく、軽く押し洗いしてください。
2. 十分なすすぎをしてください。
3. 乾燥機は使わず、陰干しで自然乾燥してください。

### 洗濯回数

1. 洗濯により縮みますが、複数回の再利用については品質上問題ないことを確認しております。
2. 一日一回の洗濯の頻度を推奨しており、汚れがつきましたら、その都度洗濯してください。

### 漂白剤、柔軟剤の使用について

1. 汚れが気になる場合は、塩素系漂白剤を使い、においがなくなるまで十分なすすぎをしてください。

漂白剤を使用する場合は、炊事用のゴム手袋などをご利用ください。

2. 柔軟剤の使用は避けてください。

### 洗濯表示記号

**上手な洗い方を動画でご紹介しています**

https://www.youtube.com/watch?v=AKNNZRRo74o&feature=youtu.be

布マスクをご利用のみなさまへ

# 新型コロナウイルスを防ぐには？

## 日常生活で気をつけること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんなどで手を洗いましょう。

持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

発熱等の風邪の症状が見られるときは、会社や学校を休んでください。

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

帰国者接触者外来を受診される場合は事前の連絡をするようお願いいたします。

### 正しいマスクの着用

1 鼻と口の両方を確実に覆う(おお)う

2 ゴムひもを耳にかける

3 隙間がないよう鼻まで覆(おお)う

**外出する際には、飛沫を飛ばさないように**
**マスクをつけるなどの行動をお願いいたします。**

詳しくは厚生労働省の HP をご覧下さい

https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593493.pdf

一般的な感染症対策について

一般的な感染症対策について

# 「新しい生活様式」の実践例

## ①一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の３つの基本

マスクの
着用

手洗い

- 人との間隔は、できるだけ 2m（最低 1m）空ける。
- 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくても
マスクを着用。
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、
シャワーを浴びる。
- 手洗いは 30 秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒
薬の使用も可）。

※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、
体調管理をより慎重にする。

## ②日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3 密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝、体温測定、健康チェック。
発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養

**①一人ひとりの基本的感染対策**　感染防止の３つの基本

手洗い

避ける。

症状がなくても

に着替える、

洗う（手指消毒

場合には、

STAINLESS HARDENED

150mm